

# YOGA de Samara



## COURS D'EUPHONIE GESTUELLE DU SAMADEVA

*Méthode psycho corporelle, permet de rééquilibrer nos trois centres : physique, émotionnel, intellectuel.*

*Revitalisant et énergétisant, fortifie le corps et clarifie la pensée.*

*Etre à l'écoute du corps et de la conscience afin de mieux gérer son quotidien.*

## Nouveau à MONTALIVET à la Maison des Jeunes



**Séances tous les mardis de 10h30 à 12h  
et de 18h30 à 20h**

**et tous les mercredis de 10h30 à 12h**

→ séance découverte gratuite

adhésion auprès de l'association

Pour tout renseignement par texto ou par mail :

Isabelle BESSOU, Présidente et animatrice : 06.80.60.13.35

Association



: [asso.nat.harmonie@gmail.com](mailto:asso.nat.harmonie@gmail.com)